

## Material suplementar para o Dia Internacional da Oração da Mulher 2025

### ~Ideias para atividades de oração~

O Dia Internacional de Oração da Mulher (DIOM) é uma grande bênção para a sua congregação. Pode preencher o seu dia com muitas atividades de oração, utilizando as formas tradicionais de oração ou introduzindo novos modelos de oração enquanto ora pelos temas apresentados. Escolha formas de oração com as quais se sinta à vontade [com as quais se sinta à vontade] e que sejam aceitáveis no seu contexto cultural.

Preparar alguns suportes visuais, tais como faixas, marcadores de livros, folhetos, etc. Pode utilizar as seguintes citações sobre a oração do livro “Caminho a Cristo”, ou utilizar outras:

“A oração é a abertura do coração a Deus como a um amigo. Não que seja necessário para dar a conhecer a Deus o que somos, mas para nos habilitar a recebê-Lo” (Ellen G. White (1892), Caminho a Cristo, 93.2).

“A oração não faz Deus descer até nós, mas nos eleva até Ele” (Ellen G. White (1892), Caminho a Cristo, 93.2).

“Podemos manter-nos tão perto de Deus que, em todas as provações inesperadas, os nossos pensamentos se voltem para Ele tão naturalmente como a flor se volta para o sol” (Ellen G. White (1892), Caminho a Cristo, 99.4.)

Serviço Divino “Estender a mão”

Ajuste a ordem sugerida para o serviço divino para se adequar ao modelo que a sua congregação normalmente segue para eventos especiais, incluindo música especial, respostas congregacionais ou recitação de poesia. (Ver o poema sugerido abaixo.) Pode também usar uma variedade de formas de oração.

As orações de abertura e de encerramento podem ser feitas pelas jovens, uma vez que elas também estão no foco dos MM.

**Oração pastoral.** Pode pedir a quatro mulheres que orem pelas necessidades da congregação e dos membros individuais da igreja. Cada mulher pode dirigir um bloco de oração especial seguindo as secções do modelo de oração ACTS (Adoração, Confissão, Ação de Graças, Súplica).

**História das crianças.** No final da história infantil, peça às crianças que agradeçam a Deus pela sua criação e por qualquer parte do seu corpo (olhos, ouvidos, mãos, etc.), porque também elas foram feitas de forma maravilhosa. Se confiar numa das crianças, convide-a a resumir tudo o que foi mencionado numa oração final antes de as crianças regressarem aos seus lugares.

**Oração de encerramento.** Peça à congregação que observe um momento de oração silenciosa antes de encerrar o serviço divino com oração, porque “... a oração secreta... é a respiração da alma” (Ellen G. White (1892), Caminho a Cristo, 98.2).

### **Tire um tempo para orar**

Levantei-me cedo certa manhã  
E apressei-me a começar o dia.  
Tinha tanta coisa para fazer  
Que não tinha tempo para orar.

Os problemas caíam à minha volta,  
E cada tarefa era mais pesada.  
Porque é que Deus não me ajuda, perguntava eu;  
Ele respondeu: “Tu não pediste.”

Eu queria ver alegria e beleza,  
Mas o dia continuava, cinzento e sombrio.  
Perguntei-me porque é que Deus não me mostrava.  
Ele disse: “Não procuraste”.

Tentei entrar na presença de Deus,  
Tentei todas as chaves da fechadura.  
Deus repreendeu-me gentil e amorosamente;  
“Minha filha, não bateste à porta.”

Acordei cedo esta manhã,  
e fiz uma pausa antes de começar o dia.  
Tinha tanto para fazer  
Que tive de tirar um tempo para orar.  
Autor Desconhecido

### **Seminário “Descobrir a alegria de ser Sua filha”**

#### **Ideias para atividades de oração**

1. No início (escolha uma ou mais atividades de oração adequadas ao seu grupo):
  - **Orações de ação de graças.** Dar tempo para a oração em grupo. Pedir às mulheres que, em grupos de duas ou três (ou mais, se estiverem sentadas à volta das mesas), orem sobre aquilo por que estão gratas hoje, usando apenas uma frase. Se o tempo permitir, elas podem dar uma segunda volta ao redor do círculo agradecendo a Deus, usando apenas uma frase. Desafie os participantes a louvar a Deus por algo que ainda não tenha sido mencionado.
  - **Pedidos de oração.** Providencie cestas para recolher pedidos de oração por escrito - uma com o rótulo “Pedidos de oração para os outros” e a outra com o rótulo “Pedidos de oração para mim”. Peça às mulheres para escreverem os seus pedidos de oração para os outros e para si próprias (providencie notas e canetas/lápis). As mulheres colocam os seus pedidos num ou em ambos os cestos.

- **Orações de intercessão.** Providencie um mural de orações ou um quadro de cartazes preso a uma parede ou janela acessível. Peça às mulheres para escreverem os nomes dos seus filhos, familiares ou amigos pelos quais querem orar em notas autocolantes e coloque-as na parede ou no cartaz.
  - **Oração de gratidão com um espelho.** Arranje um lugar especial com um espelho pendurado numa parede ou em cima de uma mesa pequena, mas coberto com um pedaço de pano. Escreva uma inscrição para colocar sobre o espelho coberto (ou ao lado dele): “A pessoa preferida de Deus”. Peça a cada participante (à vez, ao longo do dia) que vá ver por baixo do espelho e dê graças a Deus pela pessoa que vê e agradeça o amor de Deus por essa pessoa.
2. No final (escolha uma ou mais atividades de oração adequadas ao seu grupo):
- **Pedidos de oração.** Se usou dois cestos para os pedidos de oração, peça a uma senhora para orar por todos os pedidos do cesto com pedidos de oração para os outros e a outra senhora para orar por todos os pedidos de oração do cesto “para mim”.
  - **Orações de intercessão.** Se usou um mural de orações, peça a uma ou várias pessoas que orem por todos os nomes desse mural. Pode também pedir às mulheres que retirem alguns nomes desse mural e continuem a orar por eles em casa ao longo do ano.
  - **Orações pelos participantes do seminário.** Peça a várias pessoas que orem por uma característica de uma mulher piedosa mencionada no seminário para que Deus possa ajudar as participantes a serem mulheres piedosas. Se houver grupos em mesas, cada mulher do grupo pode orar para que todas na mesa recebam, desenvolvam ou façam crescer uma das características.
  - **Orações pelas mulheres de todo o mundo.** Fazer uma oração especial por todas as mulheres da nossa igreja e pelas mulheres fora da igreja e pelos seus desafios e lutas.
  - **Orações para as mulheres que lutam com uma ou mais questões globais.** Faça uma oração em grupos pelas mulheres que enfrentam um ou vários problemas críticos: abuso, pobreza, problemas de saúde, analfabetismo, uma carga de trabalho pesada, falta de oportunidades de liderança. Cada grupo pode orar por um destes problemas, para que estas mulheres possam sentir a presença de Deus e o Seu amor, e compreender que são Suas filhas especiais.
  - **Caminhada de oração.** Pode organizar uma caminhada de oração com estações de oração na sala ou no pátio da sua igreja ou noutra parte das instalações com diferentes tópicos de oração relacionados com o seminário.
  - **Oração de gratidão com um espelho.** Independentemente de ter usado esta oração no início ou não, pode dar pequenos espelhos com a nota “A pessoa preferida de Deus” aos participantes do seminário como presente. Pode concluir com uma oração de agradecimento a Deus por todos eles, pois cada um é muito especial e uma pessoa favorita de Deus.